

A népegészségügyi szakemberek és intézmények feladatai a teljeskörű iskolai egészségfejlesztés szakmai segítségével

Furthering role of public health experts and institutions in holistic school health promotion

Országos Gerincgyógyászati Központ – 1126 Budapest, Királyhágó u. 1-3. – Tel.: (30) 202 5317 – Email: annamaria.somhegyi@bhc.hu

Összefoglalás: Az Egészségügyi Világszervezet számos dokumentumának és ajánlásának megfelelően a magyar kormányzat sikeres ágazatközi együttműködést valósít meg a köznevelési intézményekben ma már jogszabályi elvárássá vált teljeskörű egészségfejlesztés minél jobb megvalósítása érdekében. E folyamatról a népegészségügyi szakembereknek tájékozottnak kell lenniük, hiszen az ő segítségük a pedagógusok részére nélkülözhetetlen. Ezért a közlemény áttekinti a 2012 óta zajló folyamatokat és válaszolja a népegészségügyi intézmények és az egyes szakemberek segítő tennivalóit.

Kulcsszavak: teljeskörű iskolai egészségfejlesztés, köznevelés, népegészségügyi szakemberek, népegészségügyi intézmények

Summary: According to several documents of WHO the Hungarian government realizes a successful intersectorial cooperation to foster holistic health promotion in all Hungarian educational institutions. Public health experts have to know this process well, as their professional help is indispensable for the pedagogues. The paper shows present processes in holistic school health promotion and outlines the needed helping functions of public health institutions and experts.

Keywords: holistic school health promotion, education, public health experts, institutions of public health

A TELJESKÖRŰ ISKOLAI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS HELYZETÉNEK RÖVID ÁTTEKINTÉSE

Az Egészségügyi Világszervezet (EVSZ) Európai Regionális Irodája az „Egészség 2020” kidolgozásával azt kívánta elősegíteni, hogy az egészségügyi rendszerek megerősítésén túl más szektorokat is megszólítson és bevonjon az ágazatközi együttműködésbe. A legtöbb egészségprobléma és a korai halálozások legfőbb okai a társadalomban gyökereznek, melyeket a korai gyermekkori évek, az oktatás, a foglalkoztatás, a munkafeltételek, a jövedelmek, a környezet, a helyi körülmények, a társadalmi kirekesztés befolyásolnak. A lehetséges kiemelt cselekvési területek közt a kormányzati struktúrákban a horizontális megközelítés és az intersektoriális együttműködés kiemelkedő fontosságú. Az „Egészség 2020” stratégiai dokumentum leszögezi, hogy a köznevelésnek és az egészségügynek végre együtt kell dolgoznia, mivel súlyos tudományos bizonyítékok mutatják, hogy az egészséget támogató nevelési környezet

jobb tanulási eredményességet hoz, s a jobban tanuló gyermekek egészsége jobb [1].

Az EVSZ keretén belül működő Iskolák az Egészségért mozgalom (Schools for Health, rövidítve: SHE) honlapján [2] bőségesen megtalálhatók különböző segítő anyagok azon iskolák részére, melyek az egészségfejlesztés terén fejlődni kívánnak. Ezek között szerepel egy összegző közlemény [3] az iskolai egészségfejlesztés hatékonyságának bizonyítékairól. A közlemény 13–16. oldalán találunk bőséges szakirodalmi hivatkozást arról, hogy az iskolai életbe beépülő azon tevékenységek bizonyultak leghatásosabbnak, melyek az egészséges táplálkozást, a rendszeres testmozgást és a lelki egészséget segítették elő. Különösen fontos, hogy a tanulók lelki egészségét elősegítő tevékenységek javítják a tanulók társas kapcsolatait és tanulmányi eredményeit, a mindennapos iskolai testmozgás pedig annak ellenére sem rontotta a tanulók tanulmányi eredményeit, hogy miatta kevesebb idő jutott a tanulásra.

A „National Association of School Psychologists” (USA) 2012-ben közzétett összefoglalása tömören idézi a tanulási eredmény és a lelki egészség közti kétirányú összefüggésről szóló legfontosabb bizonyítékokat [4]. Shannon M. Suldo és tsai 2014-ben számos kutatás bizonyítékait gyűjtötték össze arra vonatkozóan, hogy a gyerekek lelki egészsége és tanulási eredményessége egymásra oda-vissza hatással van [5].

Mindezeknek megfelelően, hogy a magyar kormányzat a nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvényben a teljeskörű iskolai egészségfejlesztés (rövidítve: TIE) minden elemét megjelenítette. Erről a Népegészségügy hasábjain 2012-ben számoltam be [6]. Lényeges, hogy a TIE ügyének ezt követő további alakulásáról a Népegészségügy olvasói, az érintett népegészségügyi szakemberek megfelelően értesüljenek, hiszen a népegészségügyi szereplőkre még sok munka hárul az iskolák segítése, a szülők bevonása, a folyamat és eredményei nyomkövetése terén.

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvényt követően a nevelési-oktatási intézmények működéséről és a köznevelési intézmények névhasználatáról szóló 20/2012 (VIII. 31.) EMMI rendelet 128. paragrafusa előírja minden nevelési-oktatási intézmény (tehát az iskolák, óvodák és kollégiumok) részére a teljes körű egészségfejlesztést, mellyel kapcsolatos feladataikat koordinált, nyomon követhető és mérhető, értékelhető módon kell megtervezniük a helyi pedagógiai program részét képező egészségfejlesztési program keretében, melyet a nevelőtestületnek kell elkészítenie az iskola-egészségügyi szolgálat közreműködésével.

A teljeskörű iskolai egészségfejlesztés az alábbi négy egészségfejlesztési alapfeladat rendszeres végzését jelenti – minden tanulóval, a teljes tantestület és alkalmazotti közösség, az iskolaegészségügyi szolgálat szakemberei, a szülők és az iskola környezetének bevonásával, szakmai ellenőrzés és segítség mellett:

- **I. Egészséges táplálkozás** megvalósítása (lehetőleg a helyi termelés – helyi fogyasztás összekapcsolásával);
- **II. Mindennapos testnevelés** minden tanulónak az egészségfejlesztési kritériumok teljesítésével, és az azt kiegészítő egyéb testmozgás;
- **III. A gyermekek érett személyiséggé válásának azaz lelki egészségének elősegítése** személyközpontú pedagógiai módszerekkel és a művészetek személyiségfejlesztő hatékonyságú alkalmazásával (énekek, tánc, rajz, mesemondás, népi játékok és népi rítusjátékok, kézművesség stb.);

- **IV. Egészségismeretek** széles köre készség szintű elsajátításának elősegítése – ezen belül többek között a balesetmegelőzés és elsősegélynyújtás; személyi higiéné; a szenvedélybetegség kialakulásához vezető szerek fogyasztásának, valamint a gyermeket, tanulót veszélyeztető bántalmazásnak a megelőzése is. (A részletes témalista megtekinthető a TIE-ajánlásban [7]).

A jogszabályi előírást követően a kormányzat további jelentős ágazatközi együttműködés keretében támogatta a TIE minél jobb megvalósulását. 2012–2015 közt három nagy TÁMOP projekt segítette az iskolákat a TIE végzésében, valamint az Oktatásért Felelős Államtitkárság és az Egészségügyért Felelős Államtitkárság 2016. márciusban elkészítette a TIE ajánlást, melyben összegyűjtötték a pedagógusok részére, hogy mindennapi TIE-tevékenységeikhez hol találhatnak segítséget. A TIE ajánlás mindhárom TIE-segítő nagy projekt összes eredményének, termékének elektronikus elérhetőségét, linkjét is tartalmazza. Ezt követően elindult a köznevelés háttérintézményeivel és hálózataival történő együttműködés gyakorlati munkája.

A TELJESKÖRŰ ISKOLAI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS ÁGAZATKÖZI SEGÍTÉSE PROJEKTEK ÚTJÁN

A TIE minél eredményesebb megvalósítását 2012–2015 közt három jelentős TÁMOP-projekt segítette. Mindhárom projekt eredményeinek linkjét tartalmazza a pedagógusok munkájának segítését célzó TIE ajánlás.

TÁMOP-6.1.1.-12/1-213-001 „Egészségfejlesztési szakmai hálózat kialakítása” című projekt köznevelési alprojektje

A projektben szakértők széles együttműködésében az alábbi segítő szakmai anyagok készültek el:

11 db elméleti anyag, melyek legtöbbször a téma iránt leginkább érdeklődő pedagógusok, vezetők forgathatják haszonnal. Ezek közt szerepel:

- az iskola TIE-munkájának belső nyomkövetésére, értékelésére szolgáló kérdőív
- a NAT és a kerettantervek TIE tartalmainak bemutatása
- az egészségtudatos munkahellyé váló iskola
- nemzetközi és hazai jó példák bemutatása
- a TIE nyomkövetésére alkalmas mutatók bemutatása

– Anglia, Finnország és Kalifornia iskolai egészségfejlesztési gyakorlata.

Hét irányelv az egészség-ismereti témalista 7 eleméhez (az ezekben írtak fontos tudnivalókat tartalmaznak a mélyebben érdeklődő pedagógusok részére):

- táplálkozás
- testmozgás
- személyi higiéné
- baleset- és sérülésmegelőzés
- iskolai erőszak megelőzése
- pszichoszexuális nevelés
- szenvedélybetegségek megelőzése vagy drogprevenció.

Hat mintaprogram az egészség-ismereti témalista 6 eleméhez (ezekben konkrét programszerű tevékenységeket talál a gyakorló pedagógus, melyeket a mindennapi munkájában jól használhat, de a saját iskola helyzetének megfelelően természetesen módosítva is felhasználhatók):

- táplálkozás
- testmozgás
- balesetmegelőzés, elsősegélynyújtás
- lelki egészség
- pszichoszexuális nevelés
- szerfogyasztás megelőzése.

TÁMOP-6.1.2.A-14/1-2014-0001 „Komplex intézményi mozgásprogramok és kapcsolódó egészségfejlesztési alprogramok megvalósítása az általános iskolákban, többcélú intézményekben, valamint szabadidős közösségi mozgásprogramok és kapcsolódó egészségfejlesztési alprogramok megvalósítása az iskolán kívüli szereplők bevonásával” című projekt

A projektben a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ (KLIK) által kiválasztott 288 iskolában valósítottak meg különböző egészségfejlesztési programelemeket. Ehhez minden megyében ill. minden résztvevő iskolában koordináló tanárok adtak szervezési segítséget, őket a Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet (NEFI) munkatársai továbbképzési napokon készítették fel feladataikra. Az iskolai egészségfejlesztési programelemeket megynként szervezett nagy rendezvények egészítették ki: a Hétp próbák. Ezeken a gyerekek különböző érdekes, rendhagyó (mert végre nem a versenyztetésen, hanem a közös mozgás örömein alapuló) mozgásprogramokban vehettek részt, s a tapasztalat szerint ezek a rendezvények rendkívül eredményesek voltak: a gyerekek, a pedagógusok, de még a szülők szívét is meg-

érintették ezek a valódi közösségi élmények.

A projektben az alábbi szakmai segítő anyagok készültek:

- TIE Konceptió: a TIE szükségességének bőszeges háttere és az egyes ágazatok által nyújtható segítégek összefoglalása,
- 10 db ún. EPSZA (Egészségfejlesztési Programelem Szakmai Ajánlás) füzet egyes egészség-ismereti témákban ill. a testnevelés órán kívüli testmozgás segítése: ezekben is jól használható konkrét tevékenységek szerepelnek, melyeket a pedagógusok saját iskolájuk helyzetéhez illően módosítva is használhatnak,
- 2 db részletes háttér- és módszertani anyag táplálkozás és testmozgás témában,
- 10 db „példamutató” kisfilm az egészségmagatartás alakítása érdekében.

A TÁMOP-3.1.13-12-2013-0001 „A testnevelés új stratégiájának és fizikai állapot mérési rendszerének kialakítása és az önkéntes részvétel ösztönzése a komplex iskolai testmozgásprogramok szervezésében” című projekt

A projekt a teljeskörű iskolai egészségfejlesztés egyik tevékenységének, a mindennapos testnevelésnek az eredményes, vagyis az egészségfejlesztési kritériumoknak megfelelő megvalósításához nyújtott segítséget a testnevelő pedagógusoknak és iskoláknak, ezen belül több más tevékenység mellett kb. 8000 testnevelőt részesített szemléletformáló céllal 30 órás továbbképzésben, az egyszéges országos fizikai fittségmérés eszközeit és 7 szemléletformáló módszertani kiadványt eljuttatott minden iskolába.

A kiadványok rendkívül gyakorlatiasak, a mindennapos testnevelés módszertani megújulását segítik. Összefoglalásuk az alábbi:

Alternatív játékok a mindennapos testneveléshez, testmozgáshoz:

Ebben a kiadványban 87 féle hasznos, értelmes és a gyerekek számára élvezetes játék szerepel, melyet a tornatermen kívüli testnevelés órán lehet alkalmazni.

A taktikai gondolkodás fejlesztésének lehetőségei a játékoktatásban:

E kiadványban különösen értékesnek tartjuk, hogy megmutatja, hogyan fejleszthető játékok útján az olyan yira szükséges testtudat, a térbeli tájékozódás (vi-

gyázat: az autóvezetéshez alapszükséglet, mégis a mai gyerekek e téren rosszul állnak, valószínűleg a mozgásszegénység, a mozgásos tapasztalatok hiánya és a számítógépes tevékenységek túltengése miatt), a társas kapcsolatok, az eszközökkel kapcsolatos tudatosság, az energiabefektetés tudatossága.

Mozgásfejlesztés, ügyességfejlesztés mozgáskonceptiók megközelítésben:

E kiadványban ahhoz kap gyakorlatias segítséget a testnevelő, hogy az eltérő testi adottságú tanulók részére is, mindegyiküknek a megfelelő fejlesztő mozgástevékenységet alkalmazhassa, és így mindegyik tanuló átélhesse a jól végzett munka örömeit: saját ügyességének fejlődését. Ez nemcsak a testi-lelki egészséghez szükséges, de az idegrendszer fejlődésének is eszköze, ezért a tanulási eredményességét is segíti.

Jógaalapú mozgásprogram:

Azon testnevelők, akikhez a jóga közel áll, használnak forgathatják ezt a kiadványt: a jóga gyakorlatok a testtudatot, izomtudatot fejleszthetik, és hozzájárulhatnak (bár nem helyettesítik) a hatékony tartásjavításhoz.

Stressz-kezelés és relaxáció alkalmazása a testnevelésben:

Mai világunkban már a gyermekkorban is jelen van a feloldatlan stressz-terhelés, ami az oly gyakori pszichoszomatikus (azaz lelki eredetű testi) betegségek egyik előidézője. Ezért a lelki egészségfejlesztés egyik fontos eszköze a stressz-oldás, a relaxáció. E kiadvány a relaxáció testnevelésben végezhető egyszerű módszereit mutatja be.

Tánc és kreatív mozgás:

E kiadvány nem tánctanításról szól, csak annak előkészítéséről, melyet a testnevelési órába haszonnal építhet be a pedagógus, ha ezt közel állónak érzi. A néptánc, ill. társastánc testnevelésben történő alkalmazásához ennél többre lenne szüksége a pedagógusnak, de hasznos és értékes segítséget talál a kiadvány gyakorlataiban, melyeket a kisebbek-nagyobbak részére is alkalmazhat.

Egészség- és személyiségfejlesztő kézikönyv az iskolai testneveléshez:

A kiadvány a testnevelő személyiségfejlesztő munkáját kívánja tudatosabbá, eredményesebbé tenni, mivel tudott: a test, a lélek és a szellem nem működhet egészségesen egymás nélkül. Ez a személyiségfejlesztés

természetesen a minőségi testnevelés keretébe ágyazottan jelenik meg, és a következő lényeges fejlesztési területeket öleli át: széles körű mozgásműveltség; rendszeres fizikai aktivitás; egészségtudatos magatartás; fejlett önismeret és együttműködésre kész attitűd; felelősségteljes magatartás; problémamegoldó, konstruktív gondolkodás.

A kiadványok közül legizgalmasabbnak a tornatermen kívül játszható, a testnevelés céljait tekintve hasznos és érdekes játékokat bemutató kiadványt tekinthetjük, hiszen napjainkban még nincs minden iskolában annyi tornaterem, hogy minden osztály minden testnevelési óráját ott tarthassák meg. Ez nem is baj, hiszen jóval változatosabb, kreatívabb megoldások szülehetnek, mint a tornatermi órák megszokott programja.

A TELJESKÖRŰ ISKOLAI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS ÁGAZATKÖZI SEGÍTÉSE A TIE AJÁNLÁS ÚTJÁN

A teljeskörű iskolai egészségfejlesztés minél eredményesebb megvalósítása érdekében az Oktatásért Felelős Államtitkárság és az Egészségügyért Felelős Államtitkárság - jelen sorok szerzőjének közreműködésével - 2016 márciusban elkészítette a pedagógusok munkájának segítésére a TIE ajánlást, melyben röviden összefoglaltuk, hogy a TIE mit is jelent az iskolák mindennapjaiban, valamint a mindennapi iskolai életben végzendő 4 alaptevékenységhez összegyűjtöttük a fellelhető és javasolható szakmai segítségeket – természetesen a mai kornak megfelelően elektronikus linkek, honlapok formájában. A TIE ajánlás címében az iskolák szerepelnek, de a szövegben hangsúlyozzuk, hogy az óvodák és kollégiumok a megfelelő módosításokkal alkalmazhatják ugyanezen ajánlást. A TIE ajánlás elérhető a kormányzati honlapon (www.kormany.hu), a www.egeszseg.hu honlapon, valamint az Országos Gerincgyógyászati Központ honlapján (www.ogk.hu).

Az Oktatási Hivatal (OH) 2016. április 19-én elküldte minden iskola igazgatójának a TIE ajánlást a két államtitkár kísérelő levelével együtt, valamint felajánlotta, hogy ha az Egészségügyért Felelős Államtitkárság óhajtja, az OH hálózatának, a Pedagógiai Oktatási Központoknak (POK-ok) a szervezésében elő is adhatjuk a TIE témát a pedagógiai szakmai napokon. Ezzel a felkínált lehetőséggel éltünk, s az egészségügyért felelős államtitkár úr által e sorok szerzőjének a TIE terén adott felhatalmazás alapján az előadásokat magam tartottam meg. Igen érdekes tapasztalat volt a POK-ok munka-

társaival, majd vezetőivel találkozni, és nagy öröm volt számomra, hogy nemcsak 2016 tavaszán, hanem őszén és 2017 tavaszán újra és még mindig hívtak a POK-ok országsszerte, hogy újabb és újabb pedagógusoknak, egyre inkább az igazgatóknak beszéljek a TIE-ről. Az oktatásügy számára most az egyik fontos kihívás az iskolai lemorzsolódás csökkentése s erre különös figyelem irányul, ezért újabban azt kérik, hogy a TIE és a lemorzsolódás megelőzése közti összefüggést mutassam be. Szép élmény, ahogyan a köznevelés középírányítói számára „leesik a tantusz”: a TIE egésze, de különösen is a lelki egészséget elősegítő pedagógiai módszerek és a művészetek alkalmazása éppen a lemorzsolódást is csökkenti.

Legújabbban az állami köznevelési intézményfenntartó, a Klebelsberg Központ meghívására az 59 tanterületi központ szakmai igazgatói értekezletén beszélhettem és gondolkozhattunk a TIE minél jobb megvalósításáról. A fenntartó nyilván számos módon hangsúlyozhatja és elősegítheti intézményeiben a TIE minél jobb megvalósítását. A fenntartó ezen fontos szerepe miatt együttműködés kezdődött az evangélikus és a református iskola-fenntartó szervezettel is.

A KÖZNEVELÉSI KERESZTAL MUNKÁJA A TELJESKÖRŰ ISKOLAI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉST SEGÍTI

Dr. Ónodi-Szűcs Zoltán egészségügyért felelős államtitkár úr felhatalmazásával részt veszek a 2016. év elején felállt és azóta rendszeresen működő Köznevelési keresztal munkájában. Örömmel tapasztalom, hogy a köznevelés jobbításáért, megújításáért dolgozó kormányzati és minden egyéb szereplő előtt ma egyértelműen világos: a régi, megszokott oktatási-nevelési módszereket a mai gyermekeken már nem lehet eredményesen alkalmazni, ezért a pedagógusok módszereinek meg kell újulniuk. Az ún. frontális oktatás helyett a gyerekek érdeklődését felkeltő, őket bevonó, az ő aktív közreműködésüket igénylő pedagógiai módszerek alkalmazását kívánják a pedagógusok közt elterjeszteni – akik ezeket számos EU-s projekt keretében már megismerehették, ill. újabb projektekben tapasztalhatják meg. A pedagógusok úgy fogalmazzák: ők érdeklődő, motivált, jól nevelt, más szóhasználattal: boldog gyerekeket szeretnének tanítani. Mi a népegészségügy részéről ezt a gyerekek lelki egészségének, ill. a lelki egészséget szolgáló pedagógiai módszereknek hívjuk. A Köznevelési

keresztalban folyó megújítási munka másik ága a Nemzeti alaptanterv és a kerettantervek – időszakonként szükséges – átdolgozása. Ebben az irreálisan nagy tananyag csökkentése helyett a megfelelő súlyozásra helyezik a hangsúlyt, és a súlyozáskor a gyerekek egészsége az egyik fő szempont. E munka kézbe tartója az MTA agykutató pszichológus professzora, Csépe Valéria, aki egyik pedagógiai szakterület iránt sem elfogult, viszont a tudományos megalapozottság mellett a józan, gyakorlatias észjárás megtestesítője. Alkalmam van vele együtt gondolkodni, így ezt a megújító munkát is közelről látom és a TIE azaz a gyerekek jobb egészsége szempontjából reménytelinek tartom.

A köznevelésben annyira szükséges megújulás jelen folyamatait támogató egyik nagy köznevelési projekt a lemorzsolódás csökkentését célozza, ez magától értedődően egyúttal a TIE megvalósítását is jelentősen elősegíti. Másik nagy köznevelési projekt a Digitális Oktatási Stratégia (DOS) megvalósítását célozza. A DOS a címéből adódó jogos előfeltételezéssel szemben a gyerekek jobb egészségének szolgálatát segíti, ugyanis a mai világban megkerülhetlenné vált okos eszközöket („kütyüket”) a nevelési célok szolgálatába állítja, azaz befogja a vitorláinkba s ezzel a pedagógusok régi módszereit újabbakkal váltja fel. Erre egy fontos példa, hogy a digitális oktatás során a gyerekeknek csoportos feladatokat adnak, melyeket kütyüik használatával közösen oldanak meg, majd egymásnak számolnak be – ez a lelki egészséget elősegítő egyik hatásos pedagógiai módszer, melyet kooperatív vagy kiscsoportos tanulásszervezésnek hívunk.

A TIE SZAKMAI SEGÍTÉSÉNEK LEHETŐSÉGE A NÉPEGÉSZSÉGÜGY INTÉZMÉNYEI RÉSZÉRŐL

A köznevelési intézmények, a pedagógusok nyilvánvalóan sok segítségre szorulnak a TIE minél jobb végzéséhez, hiszen általánosságban elmondható, hogy az iskolákban nincs az egészségfejlesztéshez értő egészségtanár.

Az iskolák pedagógusai részére a szakmai segítségnyújtás első vonalát az iskola-egészségügyi szolgálat jelenti, hiszen az iskolavédő és az iskolaorvos jogszabály szerint [8, 9] is szereplője az egészségfejlesztésnek. Ezzel kapcsolatos gyakori hiba, hogy a pedagógusok teljesen ráhagyják az egészségfejlesztési tennivalókat az iskolavédőre és iskolaorvosra, így azok az egészségfejlesztési tennivalók, amiket a pedagógusnak a min-

dennapi munkájában kellene végeznie, elmaradnak. A TIE ajánlás készítésének egyik célja éppen ennek az anomáliának a megszüntetése volt: a pedagógusokban tudatosuljon végre a helyes szereposztás. Az iskolaegészségügy szereplőinek elérése a népegészségügyi, ill. az alapellátási csatornákon számos nehézségbe ütközött a közleműltben, így konferenciáikon, valamint civil szakmai szervezeteiken (Fodor József Iskolaegészségügyi Társaság, Házi Gyermekorvosok Egyesülete, Magyar Védőnők Egyesülete) keresztül tudtam ill. tudok tájékoztatást adni a TIE ajánlás pedagógusok részére történt elkészítéséről és iskolákhoz jutásáról.

A TIE szakmai segítségének következő vonalában a házi orvosok azonosíthatók. Közülük többen a felnőtt és gyermek házi orvosi feladatok mellett még iskolaorvosi teendőket is ellátnak. A házi orvosi praxisközösségi modellprogramban [10] a házi orvos mellett dolgozó dietetikus, gyógytornász-fizioterapeuta és pszichológus sok olyan segítséget tud az iskoláknak nyújtani, ami a TIE eredményes végzéséhez jelentősen hozzájárulhat (ezeket alább részletezem).

A népegészségügy intézményrendszerében még két fontos szereplői kört azonosíthatunk: a megyei kormányhivatalokban dolgozó megyei tisztifőorvosokat és munkatársaikat (járási tisztifőorvosokat, egészségfejlesztő munkatársakat), valamint az Egészségfejlesztési Irodák (rövidítve: EFI-k) 94 irodát számláló országos hálózatát.

A megyei tisztifőorvosok részére 2016 őszén nyílt alkalom tájékoztatást adni a TIE ajánlás elkészüléséről és iskolákhoz kerüléséről. Ezt követően Jász-Nagykunszolnok és Vas megye tisztifőorvosa kért együttműködést TIE-ügyben, ami mindkét esetben a TIE-ről szóló részletes tájékoztatást követő közös gondolkodás megindulásában valósult meg, így egyelőre ígéretesnek mondható. Somogy megyében 5 éve működik a Megyei Egészségforum (MEF), melynek munkájába dr. Fadygyas Erzsébet megyei tisztifőorvos kezdettől fogva bevont, a TIE ajánlás nyomán felállt új helyzetben az iskola-egészségüggyel fogok találkozni a tanévkezdéskor.

Az EFI-kkel a TIE segítése ügyében szintén elkezdődött az együtt-gondolkozás, ill. két EFI-vel a közös munka is. Ennek kapcsán az Oktatási Hivatal (OH) Kaposvári Pedagógiai Oktatási Központja javaslatára együttműködési megállapodás megkötését szorgalmaztuk az OH és az EFI-k működését koordináló egészségügyi intézmény között. Végül 2018. áprilisban az OH és az Országos Közegészségügyi Intézet (OKI) aláírta az együttműködést.

A TIE SZAKMAI SEGÍTÉSÉNEK FELADATAI

A TIE 4 egészségfejlesztési alapfeladatának szakmai segítségére az alábbi tevékenységek végzése lenne hasznos a népegészségügy részéről:

I. Egészséges táplálkozás

A köztétkeztetési rendelet elvárásai szerinti egészséges táplálkozás megértetése, sőt megszerettetése nagy kihívást jelentő pedagógiai feladat (TIE I. és egyben a TIE IV. tevékenység része), amiben a pedagógusoknak segítségre van szükségük. Az iskolaegészségügy mellett rendkívül hatásos szakmai segítő a dietetikus, akit ezért közel kellene vinnünk az iskolákhoz, óvodákhoz, kollégiumokhoz:

- tarthatna a gyerekek részére interaktív foglalkozást az egészséges táplálkozásról,
- elkísérheti a gyerekeket különböző típusú boltokba, piacra, hogy a gyakorlatban megismertesse az egészségtudatos választás szempontjait (köztük a helyi termelés-helyi fogyasztás összekapcsolásának előnyeit is),
- a gyerekek érdeklődését kellően felkeltheti az iskolakert kialakítása és művelése iránt,
- főzési alapismereteket taníthatna (ha van tankonyha, akkor a gyakorlatban is),
- a szülők is részt vehetnének a fenti programokon, így az ő egészségtudatosságuk is javítható lehet.

A dietetikus a házi orvosi praxisközösség, ill. az EFI által rendezett bármely egészségforum szereplőjeként taníthatja a felnőtteknek az otthoni tennivalóikat, valamint egyúttal az iskolák, óvodák, kollégiumok TIE munkájának otthoni segítésére is felhívhatja a figyelmüket.

II. Mindennapos testnevelés és az azt kiegészítő testmozgás

A mindennapos testnevelés egészségfejlesztési kritériumainak [11]teljesülését a szülők tájékoztatásával kellene elősegíteni, ami a házi orvosi praxisközösség és az EFI-k minden olyan rendezvényéhez hozzáilleszhető lehet, amely a lakossághoz szól. A szülők így otthonról jobban támogathatnák gyermekeik részvételét a mindennapos testnevelésben, ezzel az indokolatlan felmentések visszaszorítását is elérhetjük.

Az egészségfejlesztési kritériumok közül a minden gyermek és tanuló részére szükséges hatékony tartás-

korrekció [12] megvalósulását külön is segíthetné a házi-orvosi praxisközösség és az EFI: a testnevelő pedagógusok (óvónő, tanító, testnevelő tanár) részére az OH hálózata, a POK-ok szakmai műhelyfoglalkozásokat szerveznek, melyeken a házi-orvosi praxisközösség vagy az EFI által fizetett, erre felkészített gyógytornász tarthatná meg a mozgásanyag gyakorlati oktatását, majd az iskolákba (esetleg óvodákba) elmenve a pedagógusok munkáját meg is nézhetné és segíthetné [13].

III. Lelki egészséget fejlesztő pedagógiai módszerek és a művészetek alkalmazása

A házi-orvosi praxisközösség és az EFI a pedagógusok hivatás-személyiségének gondozásában, azaz lelki egészségük fejlesztésében tudna segíteni azzal, hogy az Oktatásért Felelős Államtitkárság terveivel is összhangban állóan az alábbi bevált programokat megvalósítja a pedagógusok részére:

- Mentálhigiénés Alapprogram (MAP) nevű, akkreditált pedagógus-továbbképző program a pedagógusok részére (a házi-orvosi praxisközösség és az EFI saját szakembere vagy más, ehhez szükséges képesítéssel rendelkező szakember útján)
- Williams Életkézségek (WÉK) nevű, akkreditált pedagógus-továbbképző program a pedagógusok részére (a házi-orvosi praxisközösség és az EFI saját szakembere vagy más, ehhez szükséges képesítéssel rendelkező szakember útján)
- resztoratív konfliktus-kezelés megtanítása a pedagógusoknak (a házi-orvosi praxisközösség és az EFI saját szakembere vagy más, ehhez szükséges képesítéssel rendelkező szakember útján).

A lelki egészséget fejlesztő pedagógiai módszerek alkalmazásának rendkívüli szükségességét, valamint a művészetek lelki egészséget és tanulási eredményességet egyszerre elősegítő kiváló hatását a szülőknél és pedagógusokban tudatosítani lenne szükséges, erről egyes lakossági rendezvényeken adhatna tájékoztatást a házi-orvosi praxisközösség és az EFI.

IV. Egészség-ismeretek készséggé váló átadása

Az egészség-ismeretek széles körének készséggé váló átadásában a pedagógusok igen sok segítséget igényelnek. Első segítőjük természetesen az iskola-egészségügyi szolgálat, de még így is sok olyan téma marad, amihez külső szakember bevonása szükséges. Ahogyan az a TIE ajánlásban is szerepel, az egyes témákhoz ér-

tő, a gyerekekhez jól szólni tudó, hivatás-szeretettől ingyen jövő szakember (orvos, védőnő, dietetikus, gyógytornász, pszichológus, nővér, mentős) a népegészségügyi országos intézmény ajánlása nélkül hívható. Az iskolaegészségügy, a házi-orvosi praxisközösség és az EFI, valamint a megyei, ill. járási népegészségügyi főosztályok közti szakmai kapcsolat megteremtése révén válik lehetővé, hogy az egyes intézmények közelében megtalálják a megfelelő szakembereket.

Az egészség-témák feldolgozása az iskola mindennapi életén belül történhet az egyes tanórák keretén belül (pl. biológia-egészségtan, osztályfőnöki, kisebbeknél környezetismeret stb.), vagy olyan szakkörszerű foglalkozásokon, melyen az adott osztályok minden tagja részt vesz. Ehhez az is szükséges, hogy az iskola egészségnevelési programja jól tartalmazza a TIE tevékenységeket, ill. hogy az egészség-ismeretek témalistájának elemei az iskola éves tanterveiben úgy jelenjenek meg, hogy végül az iskola valamennyi évfolyamának ideje alatt a tanulók minden témával foglalkozzanak. Nem lenne lelkiismeretes, ha bármelyik témából kimaradnának, és így készületlenül engednék őket az életbe.

Az egészség-ismeretek készséggé váló átadásához olyan módszerek szükségesek, amik a gyerekeket, fiatalokat „megfogják”. Erre okostelefonjaik kiváló lehetőséget adnak, ezért érdemes a tudnivalókat a gyerekekkel kibányásztatni az internetről, lehetőleg csoportos feladatként, amit aztán a talált információk értékelése és feldolgozása követhet. A végén a feladattal foglalkozó gyerekcsoport mutathatja be frissen szerzett tudományát a többi gyereknek. Így a kortárshatást jóra használhatjuk, és amit a felnőttől meg sem hallgatna a fiatal, azt a kortárstól könnyebben elfogadja.

Létező segítség mindehhez a TIE ajánlásban összegyűjtött számos hasznos link, valamint az Okosodoboz portál [14] egészség-témában elkészült 600 online játékos feladata, 100 animációs kisfilmje is (ez a honlap még nem szerepelt a TIE ajánlásban). Az EFOP projektek közt pedig további, a mai gyerekekhez közelálló információforrás készül az egészség-témákban.

KÖVETKEZTETÉS

A TIE jogszabályi előírását követően a köznevelés-irányítás minden szintjén jelentős támogató szándék érzékelhető annak érdekében, hogy az iskolákból kikerülő fiatalok minél egészségesebbek és képzetesebbek legyenek: felismerték, hogy e kettő párhuzamosan halad

és részben hasonló eszközökkel érhető el. Így hazánkban az EVSZ „Egészség 2020” elvei mentén fejlődik a köznevelés rendszere, és ez jelentős felelősséget ró az egészségügyre, azon belül a népegészségügyi szereplőkre, hogy a teljeskörű iskolai (és óvodai, kollégiumi) egészségfejlesztés terén a lehető legtöbb segítséget nyújtsák a pedagógusoknak. A segítségnyújtásban az orvosi szereplők mellett a védőnőkre, dietetikusokra, gyógytornász-fizioterapeutákra, pszichológusokra, valamint az elhivatott nővérekre, mentősökre is számítanunk kell. Fontos, hogy a népegészségügy intézményrendszerének működését az egészségügyi vezetők úgy alakítsák, hogy a pedagógusok TIE-munkájának segítségét a megfelelő szakemberek bevonásával hatékonyan végezhessék.

IRODALOM

1. WHO Regional Office for Europe: Health 2020: education and early development. Synergy between sectors: Fostering better education and health outcomes, 2014.
http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0004/257881/H2020-SectoralBrief-Education_11-09-Eng.pdf
2. Schools for Health (SHE) honlapja.
<http://www.schools-for-health.eu/she-network>
3. Young, I., St.Leger, L., Buijs, G.: School health promotion: evidence for effective action. Background paper SHE Factsheet 2, 2013
http://www.schools-for-health.eu/uploads/files/SHE%20Factsheet_2_Background%20paper_School%20health%20promotion_Evidence.pdf
4. Charvat, J. L.: Research on the relationship between mental health and academic achievement, 2012
<http://www.nasponline.org/Documents/Research%20and%20Policy/Research%20Center/Academic-MentalHealthLinks.pdf>
5. Suldo, S.M., Gormley, M.J., DuPaul, G.J. et al.: The impact of school mental health on student and school-level academic outcomes: current status of the research and future directions. *School Mental Health*, DOI: 10.1007/s12310-9116-2, 2014
www.researchgate.net/publication/262571894
6. Somhegyi, A.: A teljeskörű iskolai egészségfejlesztés országos megvalósítását elősegítő elemek a nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC törvényben. *Népegészségügy*, 90:202-213, 2012
7. Az egészség a TIE-d is! A teljeskörű iskolai egészségfejlesztés tevékenységei. Ajánlás a pedagógusok részére.
<http://www.kormany.hu/hu/dok?source=2&type=402#!DocumentBrowse>
<http://ogk.hu/tevenyseg/prevencio/teljeskoru-iskolai-egeszse-gfejlesztes/>
8. Az egészségügyről szóló 1997. évi CLIV. törvény 42.§.1. bekezdése.
9. Az iskola-egészségügyi ellátásról szóló 26/1997. (IX.3.) NM rendelet.
10. Ádány, R.: Az Alapellátás-fejlesztési Modellprogram koncepcionális megalapozása, illesztése a Svájci-Magyar Keretmegállapodási Egyezmény prioritásaihoz. *Népegészségügy*, 95:14-23, 2017
11. Somhegyi, A.: A mindennapi testnevelés egészségfejlesztési kritériumai: megvalósításuk jelen helyzete. *Népegészségügy*, 92:4-10, 2014
12. Somhegyi, A., Lazáry, Á., Feszthammer, A. és mtsai: A biomechanikailag helyes testtartás kialakítását, automatizálását és fenntartását szolgáló mozgásanyag beépítése a testnevelésbe. *Népegészségügy*, 92:11-19, 2014
13. Veres-Balajti, I., Molics, B.: A praxisközösségi működés tapasztalata a gyógytornász szemszögéből. *Népegészségügy*, 95:41-47, 2017
14. Okosdoboz portál egészség-feladatai és videofilmjei.
<http://www.okosdoboz.hu/gyakorlas/osszes-osztaly/egeszse-gnevelos/osszes-temakor>
<http://www.okosdoboz.hu/videos>